

**ANALISIS ANTROPOMETRIK DAN KOMPONEN FISIK TERHADAP
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN
SEPAKBOLA PADA SISWA SMA NEGERI 1 BINAMU
KABUPATEN JENEPONTO**

**ANALYSIS ON ANTROPOMETRIC AND PHYSICAL COMPONENT ON
STUDENTS' DRIBBLING BALL ABILITY IN FOOTBALL
AT SMAN 1 BINAMU IN JENEPONTO**

ZAENAL BASRI

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga Program Pascasarjana
Universitas Negeri Makassar

ABSTRAK

Analisis Antropometrik dan Komponen Fisik Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto, (di bimbing oleh Dr. Jamaluddin, M.Pd dan Dr. Ramli, M.Pd). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) Kontribusi Antropometrik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto, (2) Kontribusi Komponen Fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto dan (3) Kontribusi Antropometrik dan Komponen Fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh siswa putra kelas X dan XI SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto. Dengan jumlah sampel penelitian 30 siswa yang dipilih secara ditentukan (sesuai kriteria pemilihan sampel), menggunakan teknik “*Purposive sampel*” Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi dengan menggunakan sistem SPSS Versi 16.00 pada taraf signifikan 95% dan $\alpha_{0,05}$.

Bertolak dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa : (1) Antropometrik memiliki kontribusi yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto sebesar 50.40%, (2) Komponen fisik memiliki kontribusi yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto sebesar 53.00%, dan (3) Antropometrik dan Komponen fisik memiliki kontribusi yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto sebesar 45,20%

Kata Kunci : Antropometrik, Komponen Fisik dan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola.

ABSATRAK

ZAENAL BASRI . 2019. Analysis on antropometric and physical component on students' dribbling ball ability in football at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district (supervised by Dr. Jamaluddin, M.Pd dan Dr. Ramli, M.Pd).

The study at examming (1) the contribution of anthropometrik on students' dribbling ball ability in football at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district, (2) the contribution of physical component on on students' dribbling ball ability in football at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district, (3) the contribution of anthropometrik and physical component on students' dribbling ball ability in football at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district. This study was descriptive research. The researth populations were all male students of grade X and XI at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district. Sample were were 30 students chosen by employing purposive sampling technique. Data analysis technique employed regression analysis technique SPSS version 16.00 system with significant level of 95% and $\alpha 0,05$.

The conclusions based on the results of data analysis are: (1) Anthropometrik has significant contribution on students' dribbling ball ability in football at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district by 50,40%, (2) the contribution physical component has significant contribution on students' dribbling ball ability in football at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district by 53.00%, and (3) Anthropometrik and physical component have significant contribution on students' dribbling ball ability in football at SMAN 1 Binamu in Jeneponto district by 45,20%

Keywords : Antropometric, Physical Component and Dribbling Ball Ability In Football

A. PENDAHULUAN

Olahraga sebagai salah satu karya cipta manusia, merupakan suatu bentuk aktifitas fisik yang memiliki dimensi kompleks. Keterkaitan antara kegiatan berolahraga dengan keberadaan manusia adalah suatu yang tidak dapat dipisahkan. Berawal dari gerak manusia selanjutnya dikembangkan menjadi suatu perilaku yang bermakna dan memiliki tujuan tertentu. Adapun bentuknya, bila berkaitan erat dengan perilaku manusia, maka tujuannya akan menjadi luas dan dalam. Oleh karena itu manusia memiliki berbagai potensi dan manusia juga memiliki berbagai kelebihan dibandingkan dengan makhluk lain.

Di Sulawesi Selatan, sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer dan banyak diminati oleh para pelajar, mahasiswa, maupun kalangan masyarakat. Hal ini juga terlihat seringnya diadakan turnamen di setiap daerah yang ada di Sulawesi Selatan. Setiap daerah di Sulawesi Selatan memiliki beberapa tim sepakbola. Hal ini mengakibatkan perkembangan sepakbola sangat cepat di Sulawesi Selatan.

Terhusus di Kabupaten Jeneponto yang sering melaksanakan turnamen sepakbola mulai dari anak siswa dan dewasa (umum). Ada beberapa tim siswa sepakbola yang ada di Kabupaten Jeneponto yang sering mengikuti turnamen siswa SMA Negeri 1 Binamu, siswa SMK 1 Binamu, SMA 2 Binamu, SMA 1 Tamalatea, SMA Bangkala dan lain-lain. Dari beberapa tim siswa tersebut, salah satunya merupakan tim yang sering di ikuti oleh calon peneliti dalam pertandingan.

Salah satu tim siswa sepakbola yang di maksud adalah SMA Negeri 1 Binamu yang berada di Kabupaten Jeneponto. Tim siswa SMA Negeri 1 Binamu sering mengikuti turnamen yang diadakan di Kabupaten Jeneponto khususnya kompetisi

tingkat Pelajar (siswa). Dalam setiap pertandingan yang diikuti, saya melihat tim siswa SMA Negeri 1 Binamu masih sering membuang peluang dalam menguasai bola secara individu, dan di depan gawang lawan masih belum mampu mengontrol bola dengan baik pada saat menendang sehingga masih sering melenceng dan melambung keatas dalam mengoppor bola sehingga kurangnya tercipta suatu peluang atau mendekati daerah sasaran lawan. Namun demikian untuk memiliki kemampuan menggiring bola yang maksimal, maka harus melakukan latihan – latihan yang teratur dan sistematis melalui penerapan dan metode atau bentuk – bentuk latihan yang relevan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola. Latihan sepakbola yang telah direncanakan secara baik, teratur, sistematis dan terprogram diharapkan mampu meningkatkan kemampuan permainan sepakbola dan mencapai prestasi dalam setiap turnamen yang diikuti oleh tim siswa SMA Negeri 1 Binamu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pencapaian prestasi sepakbola dipengaruhi oleh beberapa aspek dan faktor-faktor dalam latihan. Aspek yang paling mendasar yang dapat mempengaruhi menggiring bola yaitu aspek struktur tubuh (Antropometrik), dan aspek komponen fisik. Aspek antropometrik dimaksud dalam hal ini adalah tinggi badan, panjang tungkai dan berat badan. Kemudian aspek komponen fisik yang di maksud dalam hal ini adalah kelincahan, kecepatan dan koordinasi.

Mengenai struktur tubuh dikenal dengan istilah antropometrik. Antropometrik merupakan bentuk pengukuran struktur tubuh yang tertua dipergunakan. Struktur tubuh yang dimiliki seorang pemain sepakbola menjadi suatu pertimbangan. Hal ini disebabkan karena struktur tubuh memegang peranan penting dalam melakukan aktivitas olahraga dan sangat menunjang kemampuan gerak. Dengan

struktur tubuh maksimal sangatlah mudah untuk melakukan gerakan menggiring bola dengan maksimal.

Antropometrik adalah salah satu pengukuran anggota tubuh yang mencakup tinggi badan, berat badan dan panjang tungkai. Tinggi badan seseorang tergantung pada panjang pendeknya tulang yang dimiliki. Seseorang yang memiliki tinggi badan yang ideal akan memiliki sudut gerakan yang lebih luas bila dibandingkan dengan orang memiliki tinggi badan yang tidak ideal. Jika seseorang memiliki tinggi badan yang ideal maka tingkat kemampuan menggiring bola akan lebih luas pergerakannya pada saat menggiring bola.

Sedangkan dalam meningkatkan suatu kemampuan menggiring bola sangat membutuhkan komponen fisik seperti kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki. Kecepatan adalah kemampuan gerak seseorang dalam melakukan gerakan dengan menggunakan waktu sesingkat-singkatnya. Karena kecepatan sangat berpengaruh terhadap kemampuan menggiring. Pada saat menggiring bola pemain harus cepat menggiring agar mampu melewati lawan.

Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah posisi badan dengan cepat dengan waktu yang sangat singkat tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran. Kelincahan sangat berpengaruh dalam menggiring bola karena pada saat menggiring bola pemain harus lincah untuk melewati lawan agar bisa mengoper bola kepada teman atau memasukkan bola ke gawang lawan.

Adapun salah satu komponen fisik yang paling berpengaruh adalah koordinasi. Karena koordinasi adalah kemampuan seseorang untuk mengkombinasikan gerakan tanpa ketegangan dengan urutan gerakan yang benar. Pada saat menggiring bola, perkenaan kaki dengan bola akan memudahkan pemain dalam melakukan

menggiring bola dengan cepat dan lincah tanpa ada hambatan yang berlebihan.

Sedangkan menggiring bola dapat diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah, pada dasarnya menggiring bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola dan tujuan menggiring bola adalah untuk mendekati jarak ke sasaran dan melewati lawan. Sesuai dengan uraian mengenai latar belakang masalah, dengan permasalahan yang ada, maka peneliti bermaksud mengadakan penelitian dengan berjudul “Antropometrik dan komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto”

B. KAJIAN PUSTAKA

1. Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola

a. Pengertian Sepakbola

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang dalam pelaksanaannya memakan waktu satu setengah jam atau 2 x 45 menit. Selama waktu satu setengah jam itu pemain dituntut untuk senantiasa bergerak atau melakukan berbagai jenis gerakan seperti; berlari sambil menggiring bola, berlari kemudian berhenti dengan tiba-tiba, berlari sambil berbelok arah, menendang bola, melompat, meluncur (sleding), dan terkadang bertabrakan dengan pemain lawan dalam kecepatan tinggi.

Dalam kemampuan permainan bola pada dasarnya adalah keterampilan gerak yang dimiliki pemain dalam bermain sepakbola.

Namun harus kita tahu dalam permainan sepakbola bukan hanya harus

memiliki suatu tujuan tapi dalam permainan sepakbola yang baik, harus didukung dengan kemampuan fisiknya yang memadai, perlu pula juga menguasai teknik-teknik dasar permainan sepakbola itu sendiri. Secara khusus mengenai teknik permainan sepakbola dikemukakan oleh Ilyas Haddade dan Ismail Tola (1991:40) bahwa “yang dimaksud dengan teknik dalam permainan sepakbola ialah semua gerakan dengan atau tanpa bola yang berguna dalam permainan”.

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas menurut saya dalam permainan sepakbola membutuhkan kerjasama tim yang solid, penguasaan teknik-teknik dasar dan taktik bermain sangat berpengaruh terhadap keberhasilan tim untuk memenangkan pertandingan dengan memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri supaya tidak kebobolan oleh lawan.

b. Teknik Dasar Sepakbola.

Teknik dasar dalam permainan sepakbola merupakan hal wajib yang harus benar-benar dikuasai oleh para pemain sepakbola. Cara menguasai teknik-teknik sepakbola ini adalah dengan latihan yang tekun dan rutin sehingga mampu menguasai sepenuhnya setiap teknik dasar dari permainan ini. Sikap konsisten dan pantang menyerah ikut menjadi andil besar untuk menentukan keberhasilan untuk menguasai teknik permainan sepakbola. Menurut Robert Koger (2007: 13) pengertian teknik dasar bermain sepakbola adalah semua gerakan tanpa bola dan gerakan-gerakan dengan bola yang diperlukan untuk bermain sepakbola. Teknik dasar merupakan suatu keharusan karena teknik dasar merupakan latihan yang mendasar atau paling rendah tingkatannya. Adapun teknik dasar yang dalam gerakan sepakbola yaitu :

a) Teknik tanpa bola

Teknik tanpa bola merupakan kemampuan pemain sepakbola untuk

melakukan gerakan-gerakan tertentu, tanpa menggunakan bola. Teknik tanpa bola meliputi empat gerakan yaitu: lari cepat dan mengubah arah, melompat atau meloncat, gerakan tipu tanpa bola dan gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang.

b). Teknik dengan bola

Menurut Sukatamsi (1995: 75), teknik menggunakan bola antara lain adalah menyundul bola, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merampas bola atau merebut bola, teknik khusus penjaga gawang dan menggiring bola. Gerakan-gerakan dengan bola pada permainan sepakbola merupakan gerakan yang sangat dominan, sebab bermain sepakbola memang menggunakan bola.

c. Menggiring Bola

a). Pengertian Menggiring Bola

Menggiring bola merupakan salah satu dari beberapa teknik dasar dalam permainan sepakbola. Menggiring bola atau membawa bola dapat diartikan sebagai mengolah bola dengan menggunakan kaki sambil berlari dengan bola tetap dalam penguasaan

Menurut Robert Koger (2007: 51), menggiring bola adalah menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Sedangkan menurut Joseph A. Luxbacher (1996: 47), menggiring bola dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan pemain untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang terbuka.

Berdasarkan beberapa pengertian menggiring bola yang telah dikemukakan di atas, maka dapatlah disimpulkan bahwa menggiring bola adalah membawa bola sambil berlari dengan berbagai macam teknik sentuhan kaki dengan bola yang bertujuan untuk melewati lawan atau untuk

mendapatkan posisi yang tepat guna dapat melakukan teknik gerakan selanjutnya seperti passing atau menendang bola ke gawang.

d. Teknik Menggiring Bola

a). Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam.

Menggiring bola dengan kaki bagian dalam digunakan untuk melewati/mengecoh lawan adalah sebagai berikut:

- 1) Sentuhlah bola dengan sisi kaki bagian dalam dan posisikan
- 2) Posisikan kakimu secara tegak lurus terhadap bola
- 3) Tendanglah dengan pelan untuk mempertahankan kontrol bola
- 4) Pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkanmu mengontrol bola
- 5) Pertahankan bola tetap dalam jarak satu langkah
- 6) Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
- 7) Pertahankan kepala tetap tegak dan fokuskan pandangan mata kelapangan didepanmu

b). Menggiring Bola Menggunakan punggung kaki.

Menggiring bola menggunakan punggung kaki pada umumnya digunakan untuk mendekati jarak dan paling cepat dibandingkan kaki bagian lainnya. Analisis menggiring bola menggiring bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki.
- 2) Kaki yang digunakan menggiring bola hanya mendorong bolaterlebih dahulu ditarik ke belakang dan diayun ke depan.

3) Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola.

4) Bola bergulir harus selalu dekat kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.

5) Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah menguasai bola.

6) Pandangan melihat bola pada saat kaki menyentuh, kemudianlihat situasi dan kedua lengan menjaga keseimbangandi samping badan

c). Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Luar

Menggiring bola menggunakan kaki bagian luar pada umumnya digunakan untuk melewati/mengecoh lawan. Analisis menggiring bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang -bola dengan punggung kaki bagian luar.
- 2) Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh/ mendorong bola bergulir ke depan.
- 3) Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola.
- 4) Bola disentuh pada titik pusatnya.
- 5) Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola.
- 6) Pada saat kaki menyentuh bola pandangan ke arah bola, selanjutnya melihat situasi.
- 7) Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.

2. Antropometrik

a. Pengertian

Secara alamia, manusisa sebagai makluk yang dinamik. Manusia mempunyai kemampuan yang sangat besar untuk mengatur setiap gerakannya. Hal ini karena struktut tubuh manusia yang bertumpu pada kedua kaki dan titik beratnya. Kondisi ini memberikan kebebasan bergerak yang lebih luas di bandingkan dengan mahluk lainnya Menurut Nurhasan, (2007:54)

“Antropometrik merupakan ilmu yang berkenaan dengan bangunan atau konstruksi alami tubuh manusia, juga mengkaji variasi perkembangan tubuh manusia, ordinasi fakta fundamental yang berkaitan dengan perkembangan individual dan penelaahan evaluasi manusia yang diambil berdasarkan bukti perbandingan antar ras manusia atau dengan nenek moyang manusia”. Lebih lanjut antropometrik adalah bentuk tes pengukuran dalam bidang keolahragaan yang paling tua. Melalui tes ini kita dapat mengetahui dan menentukan status fisik seseorang apakah itu dari tipe bentuk tubuhnya ideal atau dari komposisi tubuhnya. Pengukuran antropometrik bertujuan untuk mengukur status fisik yang mencakup perkembangan bentuk tubuh dan hubungannya dengan kesehatan, kekebalan suatu penyakit, sikap, kemampuan fisik dan kualitas kepribadian.

Karena antropometrik dapat mengukur variasi individu sebagai berikut (a) Tinggi badan, (b) Berat badan, (c) Panjang bagian-bagian tubuh seperti mengukur langsung panjang betis, (d) Luas badan (komposisi badan) seperti tulang, otot, organ dan jaringan selain dari pada lemak. (e) Keliling badan terdiri dari kepala, leher, pergelangan, tangan, betis, paha, dan panggul.

Menurut Pulat (1997: 26). Antropometri adalah pengukuran dimensi tubuh atau karakteristik fisik tubuh lainnya yang relevan dengan desain tentang sesuatu yang dipakai orang. Antropometri terutama berkaitan dengan dimensi stasiun kerja dan pengaturan alat, peralatan, serta material.

Dari uraian diatas dapat penulis simpulkan bahwa antropometrik adalah yang mempelajari tentang konstruksi tubuh manusia mengkaji variasi perkembangan tubuh manusia serta memberi perbedaan antara manusia lainnya dengan cara mengukur bagian- bagian yang ada pada

tubuh manusia itu. Pengukuran antropometrik untuk mengetahui yang mencakup tubuh ideal dalam melakukan gerakan khususnya dalam meningkatkan kemampuan mengiring boladalam permainan sepak bola.

b. Pengukuran Antropometrik

Adapun dalam penelitian kali ini dari anggota tubuh yang akan di teliti Meliputi :

1). Pengertian Tinggi Badan

Tinggi badan merupakan salah satu ukuran tubuh yang tergolong dalam pengukuran anthropometrik yang diukur mulai dari ujung bagian atas kepala sampai pada telapak kaki atau lantai.

Tentang kondisi fisik seseorang dalam hal ini susunan tubuh secara keseluruhan, tinggi badan dikategorikan sebagai panjang tubuh, seperti yang dikemukakan oleh M. Anwar Pasau (1986:7) bahwa:

- a. Ukuran panjang tubuh (lenght wise growth) meliputi: tinggi badan, tinggi duduk, panjang tungkai, lengan, kaki, jari-jari, leher dan lain-lain.
- b. Ukuran besar tubuh (broad wise growth) meliputi: lingkaran dada, kepala, leher, lengan, paha, perut, pinggul dan lain-lain.
- c. Amount growth : yaitu berat badan.

2). Pengertian Berat Badan

Berat badan adalah ukuran yang lazim atau sering dipakai untuk menilai keadaan suatu gizi manusia. Menurut Nurhasan (2000:53). ”. Berat badan dan tinggi badan dapat digunakan untuk mengukur tingkat Overweight responden dengan menggunakan standar BMI (*body Mass Index*) Body massa Indeks = Berat badan (kg) /Tinggi Badan (m). Dalam Indeks Massa Tubuh merupakan petunjuk

untuk menentukan kelebihan berat badan Indeks Quatelet (berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2). Dengan Interpretasi Indeks Massa Tubuh tergantung pada anak-anak dan remaja. Indeks Massa Tubuh pada anak berubah sesuai umurnya dan aktivitas sehari-sehari.

Dari uraian diatas, dapat penulis simpulkan bahwa pengertian berat badan manusia adalah Tinggi rendahnya komposisi tubuh manusia yang bergantung pada faktor genetic, lingkungan, serta faktor kandungan gizi yang di konsumsi oleh manusia itu sendiri, dengan banyak melakukan kegiatan olahraga maka berat badan seseorang akan ideal

3. Pengertian Panjang Tungkai

Panjang tungkai merupakan salah satu anggota tubuh yang tergolong dalam pengukuran antropometrik atau struktur tubuh. Struktur tubuh dapat diartikan sebagai susunan atau bangunan ataupun postur dari tubuh individu.

Namun dalam dunia Menurut Syarifuddin, (1992:56) Otot otot penunjang gerak tungkai bawah, terdiri dari:

- (1) Muskulus tibialis anterior berfungsi untuk mengangkat pinggul kaki sebelah tengah dan membengkokkan kaki,
- (2) Muskulus ekstensor falangus longus berfungsi meluruskan jari kaki,
- (3) Otot kedang jempol berfungsi untuk meluruskan ibu jari,
- (4) Tendon arkiles berfungsi untuk kaki di sendi tumit dan membengkokkan tungkai bawah lutut,
- (5) Otot ketul empu kaki panjang berpangkal pada betis, uratnya melewati tulang jari berfungsi membengkokkan pangkal kaki,

- (6) otot tulang kering belakang melekat pada tulang kaki berfungsi membengkokkan kaki di sendi tumit dan telapak kaki di sebelah dalam dan,
- (7) Otot kedang jari bersama terletak di punggung kaki berfungsi untuk meluruskan jari kaki.

Dari uraian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa pengertian panjang tungkai adalah salah satu anggota tubuh yang tergolong dalam pengukuran antropometrik mulai bagian dari kaki yang memanjang dari atas paha ke telapak kaki.

3. Komponen Fisik

a. Pengertian

Dalam kamus KBBI komponen artinya bagian dari keluruhan dan unsur sedangkan fisik adalah sesuatu wujud dan dapat terlihat oleh kasat mata. Jadi komponen fisik adalah sesuatu yang ada dalam tubuh manusia merupakan hal yang sangat penting dalam memberikan suatu kemampuan atau keterampilan khususnya dibidang olahraga dengan mengaplikasikannya, baik itu secara individu maupun secara berkelompok. di inginkan.

Menurut Nur Ichsan Halim (2011 : 17) mengutip Departemen Kesehatan RI (1994) bahwa “.

Kesegaran jasmani terdiri dari 10 komponen Fisik yaitu daya tahan kardiovaskuler (*cardiovaskuler endurance*), Daya tahan otot (*muscular endurance*), kekuatan otot (*Muscular strength*), Kelentukan (*Flexibility*), Komposisi tubuh (*Body composition*), Kecepatan gerak (*Speed movement*), Kelincahan (*Agility*), Keseimbangan (*Balance*), Kecepatan reaksi (*Reaction time*), dan Koordinasi (*Coordination*).”

Dalam Komponen fisik ini tiap individu berbeda antara satu dengan yang lainnya, Sedangkan menurut Menurut Suharno H.P

(1981: 13) komponen fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincuhan, dan kelentukan, sedangkan komponen fisik khusus meliputi daya ledak, reaksi, stamina, keseimbangan, koordinasi, ketepatan, dan perasaan.

Namun dalam komponen fisik diatas yang dapat penulis simpulan yang relevansi dan dapat mempengaruhi dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yaitu kelincuhan, kecepatan, dan koordinasi. Ketiga komponen fisik tersebut merupakan komponen pendukung dalam melakukan menggiring bola dalam permainan sepakbola sehingga diharapkan untuk memberikan sumbangsih yang besar bagi pencapaian prestasi khususnya pada permainan sepakbola.

b. Komponen Fisik Yang Berpengaruh

1) Kelincuhan

Sejauh ini usaha-usaha untuk mendefinisikan kelincuhan dalam dunia olahraga belum cukup tepat. Istilah kelincuhan sering kali disamakan dengan koordinasi kemampuan gerakan, keterampilan, kemampuan menggerakkan otot-otot atau kecekatan. Kelincuhan merupakan kualitas yang sangat komplek. Menurut Sajoto (1988: 58-59), kelincuhan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah dalam posisi-posisi di arena tertentu.” Dalam artinya Seorang yang mampu merubah posisi ke suatu posisi yang berbeda untuk mendapatkan ketepatan tinggi dan koordinasi gerak yang baik, berarti kelincuhannya cukup tinggi.

Menurut Ismaryati (2006: 41), kelincuhan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. ”Karakteristik kelincuhan yaitu perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh, dan perubahan arah bagian-bagian tubuh”.

Karena kelincuhan menuntut seseorang untuk bisa merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat tanpa mengalami gangguan keseimbangan, maka dari itu kelincuhan juga tergantung pada keadaan tubuh seseorang, seperti tinggi badan, umur, berat badan, usia, kelelahan, dan jenis kelamin yang sangat berpengaruh pada keseimbangan.

Sedangkan menurut Harsono (1993: 14), kelincuhan adalah kemampuan untuk mengubah posisi dan arah tubuh dengan cepat secara tepat waktu ketika sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan maupun kesadaran akan posisi tubuhnya.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kelincuhan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh secara cepat dan efektif tanpa ada gangguan keseimbangan. Dan faktor-faktor yang mempengaruhi kelincuhan antara lain yaitu kecepatan, keseimbangan, dan kekuatan. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa seseorang yang koordinasinya baik, maka kelincuhannya juga akan baik dan dapat meningkatkan kelincuhannya.

2) Kecepatan

Kecepatan termasuk salah satu komponen fisik yang banyak berpengaruh terhadap penampilan atlet. Kecepatan juga merupakan potensi tubuh yang merupakan modal dalam banyak hal yang berhubungan dengan gerak. Menurut Sukadiyanto (2002: 108), kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang. Dengan kata lain kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk menjawab rangsang dengan bentuk gerak atau serangkaian gerak dalam waktu secepat mungkin. Pada cabang olahraga semacam lari, renang dan sebagainya prestasi yang diukur adalah

kecepatan (waktu tersingkat/pendek yang diperoleh untuk mencapai suatu jarak tertentu).

Menurut Ismaryati (2006: 57), Kecepatan adalah kemampuan bergerak dengan kemungkinan kecepatan tercepat. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu, kecepatan menempuh suatu jarak.

Beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

3) Koordinasi

Secara umum koordinasi diartikan sebagai kerjasama dari prosedur atau sesuatu yang berbeda, secara fisiologis koordinasi sebagai kerjasama dari system syaraf pusat dengan otot untuk menghasilkan tenaga, baik inter maupun intra muscular. Dengan pengertian luas, koordinasi sering juga merujuk pada istilah atau nama untuk beberapa kemampuan yang mendukung kerjasama dari proses gerak yang berbeda, misalnya dalam belajar, koordinasi dibedakan atas koordinasi kasar (Komponen belajar bergerak), dan koordinasi halus stabil (Komponen merebah dan menyesuaikan gerak).

Menurut Suharno (1993 :61), memukakan bahwa” koordinasi adalah kemampuan atlet untuk merangkai beberapa unsur gerak menjadi gerakan yang utuh dan selaras. Dalam melakukan suatu gerakan dalam aktivitas seseorang akan harus melibatkan beberapa gerakan-gerakan agar mendapatkan kemampuan semakin meningkat. Selanjutnya Menurut Sajoto (1995:17), koordinasi adalah kemampuan pemain untuk merangkai beberapa gerakan kedalam satu pola gerakan yang selaras dan efektif sesuai dengan tujuan.

Dari berbagai pendapat tersebut diatas dapat di tarik kesimpulan, bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk mengkombinasikan beberapa gerakan tanpa ada ketegangan, dengan urutan benar dan melakukan gerkan satu pola gerakan yang selaras dan efektif.

C. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah bersifat dekriptif, korelasional dan regresi, yaitu untuk mengetahui korelasi. Adapun sampel yang digunakan berjumlah 30 orang siswa. Desain penelitian atau rancangan penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian Korelasi. Secara sederhana dan teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah teknik sampling yang digunakan adalah *purposive* sampel . *Purposive* sampel adalah sampel menurut kereteria yang telah ditentukan.

Sehubung dengan penelitian ini, maka perlu memberikan penjelasan tentang definisi operasional variabel sebagai berikut :

Antropometrik yang dimaksud dengan penelitian ini adalah salah satu pengukuran anggota tubuh yang meliputi tinggi badan, berat badan dan panjang tungkai dengan satuan centimeter dan kilogram.

Komponen fisik yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan yang dimiliki oleh sisiwa dalam melakukan gerak secara umum kecepatan, kelincahan dan koordinasi yang dapat diukur dengan lari 100 meter, kemampuan kelincahan mengubah arah (*dogging run*) dan sepak dan tahan (*passing* dan *stopping*) dengan satuan ukuran detik dan jumlah (*score*).

Menggiring bola yang dimaksud dalam penelitian adalah hasil kemampuan menggiring bola yang dilakukan olah siswa dengan mengedalikan bola melalui sentuhan-sentuhan kaki agar selalu dalam

penguasaan untuk melewati beberapa rintangan dengan beberapa titik.

D. Hasil penelitian

Data hasil penelitian antropometrik, komponen fisik dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto dikemukakan sebagai berikut :

- a). Untuk antropometrik pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto dari 30 jumlah sampel diperoleh nilai total sebanyak 4461.88 cm, dan nilai rata-rata 148.7293 cm, dengan hasil simpangan baku 16.71443 cm, dan nilai varians 279.372 cm, dari nilai rentang data 78.60 cm, antara nilai minimum 101.22 cm, dan 179.82 cm, untuk nilai Maksimal.
- b). Untuk komponen fisik pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto dari 30 jumlah sampel diperoleh nilai total sebanyak 4336.49 detik, dan rata-rata 144.5497 detik, dengan hasil nilai simpangan baku 25.45967 detik, dan nilai varians 648.195 detik, dari nilai rentang data 102.70 detik, antara nilai minimum 93.84 detik, dan 196.54 detik untuk nilai Maksimal.
- b). Untuk data kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto dari 30 jumlah sampel diperoleh nilai total sebanyak 557.13 detik, dan rata-rata 18.5710 detik, dengan hasil simpangan baku 0,81371 detik dan nilai varians 0,662 detik, data dari nilai rentang 2.56 detik, antara nilai minimum 17.50 detik, dan 20.06 detik untuk nilai Maksimal.

2. Uji persyaratan

Tabel 4.2. Hasil uji normalitas tiap variabel

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		
	Sataticistic	Df	Sig
Antropometrik	.114	30	.200 ^{c,d}
Komponen Fisik	.116	30	.200 ^{c,d}
Menggiring Bola	.174	30	.021 ^{c,d}

3. Pengujian Hipotesis

- a. **Kontribusi antropometrik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.**

Jumlah Observasi (N)	Koefisien regresi (r_{y1})	F_{hitung}	$F_{tabel} \alpha = 0,05$
30	0,504	9,548	5.77

Keterangan :

** = *koefisien determinasi signifikan* ($F_h = 9,548 > F_t = 5,77$ pada $\alpha = 0,05$).

Dari hasil perhitungan uji signifikan *koefisien regresi* diketahui $F_{hitung} = 9,548$ lebih besar dari $F_{tabel} = 5,77$. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa *koefisien regresi* antara kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola (r_{y1}) sebesar 0,504 adalah signifikan.

Koefisien determinasi yang diperoleh untuk kontribusi komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto 0,504 (50,40%). Menyiratkan kontribusi antropometrik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto sebesar 50,40%.

- b. **Kontribusi komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.**

Jumlah Observasi (N)	Koefisien regresi (r_{y2})	F_{hitung}	$F_{tabel} \alpha = 0,05$
30	0,530	3,306	5,77

Keterangan :

** = *koefisien determinasi signifikan* ($F_h = 3,306 > F_t = 5,77$ pada $\alpha = 0,05$).

Dari hasil perhitungan uji signifikan *koefisien regresi* diketahui $F_{hitung} = 9,548$ lebih besar dari $F_{tabel} = 5,77$. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa *koefisien regresi* antara kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola (r_{y2}) sebesar 0,530 adalah signifikan. *Koefisien determinasi* yang diperoleh untuk kontribusi komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto 0,530 (53,00 %). Menyiratkan kontribusi komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto sebesar 53,00 %

- c. **Kontribusi antropometrik dan komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.**

Jumlah Observasi (N)	Koefisien regresi ($r_{y1,2}$)	Koefisien regresi ($r_{y1,2}$)	F_{hitung}	$F_{tabel} \alpha = 0,05$
30	0,673	0,452	11,154	5,77

Keterangan :

** = *koefisien determinasi signifikan* ($F_h = 11,154 > F_t = 5,77$ pada $\alpha = 0,05$).

Nilai $F_{hitung} = 11,154$ yang diperoleh sebesar lebih besar dari $F_{tabel} \alpha = 0,05$ adalah 5,77. Nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ sehingga dapat disimpulkan bahwa *koefisien regresi* antara bergandan antara antropometrik dan komponen fisik dan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto yang memiliki *koefisien regresi* ($R_{x1,x2,y}$) = 0,673 adalah signifikan. Dengan *koefisien regresi* tersebut, dapat diketahui *koefisien determinasi* dari $R_{Sques} = 0,452$ (45,20%). Ini, berarti kontribusi kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto dapat di jelaskan oleh antropometrik dan komponen fisik sebesar 45,20%.

4. Pembahasan

Hasil analisis melalui teknik statistik diperlukan pembahasan teoritis yang bersandar pada teori dan kerangka fikir yang mendasari penelitian.

- a) **Ada kontribusi antropometrik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.**

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa kontribusi yang signifikan antropometrik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.. Dalam pengukuran penelitian ini hanya membutuhkan 3 (tiga) hal yakni tinggi badan, berat badan dan panjang tungkai. Yang ketiganya dapat dilakukan secara akurat oleh seseorang dengan latihan.

Menurut M. Anwar Pasau (1986:6) yang menyimpulkan beberapa pendapat para ahli bahwa “Growth (pertumbuhan) ialah pertambahan ukuran besar dan panjang dari tubuh dan bagian-bagian tubuh dalam proses perkembangan anak menuju kedewasaan, proses ini berdasar pada aspek biologis”. Tinggi badan dapat mempengaruhi kemampuan menggiring bola dalam bermain permainan sepakbola. Pemain yang memiliki postur tubuh yang tinggi akan mengambil peran lebih banyak jalannya suatu pertandingan, dapat memberikan jangkauan yang panjang saat berlari dan melompat tinggi saat perubutan bola diudara.

Menurut Nurhasan (2000:53). “Berat badan dan tinggi badan dapat digunakan untuk mengukur tingkat Overweight responden dengan menggunakan standar BMI (*body Mass Index*) $\text{Body massa Indeks} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)}}^2$. Dalam Indeks Massa Tubuh merupakan petunjuk untuk menentukan kelebihan berat badan Indeks Quetelet (berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2)). Berat badan dapat mempengaruhi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan karena semakin berat seseorang pemain maka semakin sulit dalam melakukan gerakan-gerakan keterampilan dalam menggiring bola, seperti kecepatan lari berkurang, lompatan tidak maksimal terlebih lagi melakukan suatu gerakan-gerakan kelincahan pasti akan semakin sulit dilaksanakan. Seseorang yang dikatakan mempunyai tubuh ideal apa bila bentuk tubuhnya tidak terlalu kurus maupun terlalu gemuk dan terlihat serasi antar berat dan tinggi badan dalam keadaan normal.

Menurut Muchamad Sajoto, (1988 : 11) bahwa “otot yang lebih panjang tungkai rata-rata lebih kuat dibandingkan yang pendek “Panjang tungkai juga sangat

mempengaruhi kualitas seseorang pemain dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola. Karena memiliki panjang tungkai, maka pemain akan mampu mengerakkan kakinya lebih luas sehingga tendangan yang dihasilkan sangat keras. Jadi, semakin tinggi badan, berat badan yang ideal dan semakin panjang tungkai seseorang pemain maka semakin banyak memiliki peluang untuk menguasai bola dan melewati lawan dengan mudah dan memberi umpan yang akurat.

b) Ada kontribusi antropometrik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa kontribusi yang signifikan komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto. Komponen fisiklah yang berpengaruh penting dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah kelincahan, kecepatan dan koordinasi.

Menurut Ismaryati (2006: 41), kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. “kelincahan sangat berpengaruh terhadap menggiring bola dalam permainan sepakbola. Karena pada saat menggiring bola pemain mudah melewati lawan dan dapat mengoper bola keteman dengan akurat atau memasukkan bola ke gawang lawan.

Menurut Sukadiyanto (2002: 108), kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang.” Kecepatan sangat berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola karena pada saat menggiring bola pemain

harus cepat menggiring bola agar mampu melewati lawan.

Salah satu komponen fisik yang berpengaruh adalah koordinasi. Menurut Sajoto (1995:17), koordinasi adalah kemampuan pemain untuk merangkai beberapa gerakan kedalam satu pola gerakan yang selaras dan efektif sesuai dengan tujuan.” Koordinasi sangat berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola karena pada saat menggiring bola berkenaan antara kaki dan bola maka akan memudahkan pemain dalam melakukan suatu gerakan menggiring bola dengan cepat dan lincah tanpa ada hambatan yang berlebihan.

c) Ada kontribusi antropometrik dan komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa kontribusi signifikan antropometrik dan komponen fisik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarkan, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung, memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang sudah ada. Ini membuktikan bahwa antropometrik dan komponen fisik sangat mempengaruhi kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Antropometrik dan komponen fisik sangat berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto. Dalam antropometrik seperti tinggi badan, berat badan, dan panjang tungkai sangat berkontribusi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Tinggi badan dapat mempengaruhi kemampuan dalam bermain permainan sepakbola. Pemain yang memiliki postur tubuh yang tinggi akan mengambil perang lebih banyak dilapangan. Dengan memiliki tinggi badan diatas rata-rata maka pemain dapat mempengaruhi jalannya suatu pertandingan. Postur tubuh yang tinggi dapat memberikan jangkauan yang panjang saat berlari dan lompat tinggi saat perubutan bola diudara.

Panjang tungkai juga sangat mempengaruhi kualitas seseorang pemain dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dengan memiliki pangjang tungkai, pemain akan mampu mengerakkan kakinya lebih luas sehingga tendangan yang dihasilkan sangat keras. Jadi, semakin tinggi dan semakin panjang tungkai seseorang pemain maka semakin banyak memiliki peluang untuk menguasai bola dan melewati lawan dengan mudah begitu pula saat memberi umpan yang akurat.

Berat badan seseorang pemain, semakin berat seseorang pemain maka semakin sulit ia dalam melakukan gerakan-gerakan keterampilan dalam menggiring bola, kecepatan lari berkurang, lompatan tidak maksimal terlebih lagi melakukan suatu gerakan-gerakan kelincahan pasti akan semakin sulit dilaksanakan. Seseorang yang dikatakan mempunyai tubuh ideal apa bila bentuk tubuhnya tidak terlalu kurus maupun terlalu gemuk dan terlihat serasi antar berat dan tinggi badan dalam keadaan normal.

Sedangkan komponen fisik seperti kelincahan, kecepatan dan koordinasi sangat berkontribusi terhadap kemampun menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto. Karena kelincahan sangat berpengaruh dalam menggiring bola. Pada saat pemaian memiliki kelincahan yang baik dengan menggiring bola maka pemain dengan mudah melewati lawan dan dapat mengoper boleh keteman dengan akurat atau

memasukkan bola ke gawang lawan. Kecepatan sangat berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Pada saat pemain memiliki kecepatan diatas rata-rata dalam menggiring bola, maka lebih mudah dan mampu melewati lawan. Dan koordinasi lebih sangat berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, pada saat menggiring bola dengan cepat dan lincah tanpa ada hambatan yang berlebihan.

Dari hasil penelitian sebelumnya bahwa antropometrik dan komponen fisik dapat mempengaruhi dan meningkat kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.

Menurut Danny Mielke (2007: 57), memecah dan membalikan badan adalah teknik terpenting dalam bermain sepakbola.” Sedangkan Menurut Sukatamsi (1995: 75), teknik menggunakan bola antara lain adalah menyundul bola, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merampas bola atau merebut bola, teknik khusus penjaga gawang dan menggiring bola” Jadi, ketika pemain memiliki antropometrik yang ideal dan komponen fisik diatas rata-rata, maka pemain akan lebih mudah mengontrol bola, menyundul bola, merebut bola, melewati lawan dan mampu mendekati daerah sasaran dengan mudah untuk menciptakan suatu peluang dalam permainan sepakbola. Dengan demikian antropometrik dan komponen fisik memiliki kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kabupaten Jeneponto.

Kesimpulan dan Saran

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari pembahasan yang telah dikembangkan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan

1. Antropometrik memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kab. Jeneponto,
2. Komponen fisik memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kab. Jeneponto,
3. Antropometrik dan komponen fisik memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Binamu Kab. Jeneponto.

B. Saran

Adapun saran yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi para guru, Pembina, pelatih dalam bidang olahraga serta masyarakat yang suka berolahraga, bahwa kiranya dalam meningkatkan prestasi belajar bagi siswa maupun atlet yang dibina, hendaknya perlu diperhatikan indeks massa tubuhnya yang dapat menunjang khususnya prestasi belajar .
2. Bagi mahasiswa yang berminat dalam penelitian lebih lanjut, disarankan agar melibatkan variabel-variabel lain yang relevan dengan penelitian ini serta dengan populasi ini serta dengan populasi dan sampel yang lebih luas.
3. Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan diskusi dan seminar keolahragaan guna memperkaya ilmu pengetahuan khususnya cabang olahraga.

DAFTAR PUSTKA

- Artikel non-personal. (2013), Antropometri. online.Tersedia:
<http://id.wikipedia.org/wiki/Antropometri> 14 Februari 2014.
- Halim Nur Ichsani. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit UNM
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press
- Kogar, Robert. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Terjemah. Bandung: PT. Saka Mitra Kompetensi
- Luxbacher, Joseph A. (1998). *Sepakbola*. Terjemah. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- Nurhasan. (2000). *Tes Dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung. FPOK IKP
- Pasau, Anwar, M. 1986. *Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik, Bagian I*. FPOK IKIP Ujung Pandang.
- Syarifuddin, Aip & Muladi. 1991/1992. *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Suharno Hp.1993. *Ilmu coaching umum*. Yogyakarta: andi offset
- Sukatamsi, (1995). *Permainan Sepakbola I*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis
- Sukadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK UNY